

**SKRIPSI**



**PENGARUH METODE LATIHAN *BALL HANDLING*  
TERHADAP KEMAMPUAN *DRIBBLING* PADA PESERTA  
EKSTRAKULIKULER BOLABASKET  
SMA NEGERI 5 SOPPENG**

***1st. THE EFFECT OF BALL HANDLING TRAINING  
METHODS ON DRIBBLING SKILLS IN BASKETBALL  
EXTRACURRICULAR ACTIVITIES AT 5 SENIOR HIGH  
SCHOOL SOPPENG***

**ACHMAD RAIHAN J**

**PROGRAM STUDI STRATA 1  
JURUSAN PENJASKESREK  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR  
TAHUN 2020**

**PENGARUH METODE LATIHAN *BALL HANDLING*  
TERHADAP KEMAMPUAN *DRIBBLING* PADA PESERTA  
EKSTRAKULIKULER BOLABASKET  
SMA NEGERI 5 SOPPENG**

***2nd. THE EFFECT OF BALL HANDLING TRAINING  
METHODS ON DRIBBLING SKILLS IN BASKETBALL  
EXTRACURRICULAR ACTIVITIES AT 5 SENIOR HIGH  
SCHOOL SOPPENG***

**ABSTRAK**

Achmad Raihan J. 2020. *Pengaruh Metode Latihan Ball Handling Terhadap Kemampuan Dribbling Pada Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket SMA Negeri 5 Soppeng. Skripsi. Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Makassar. (dibimbing oleh Andi Mas Jaya AM dan H. Baharuddin)*

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh metode latihan *ball handling* terhadap keterampilan *dribbling* siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 5 Soppeng.

Populasi penelitian ini adalah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 5 Soppeng yakni 41 siswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah pengambilan sampel acak sederhana (*simple random sampling*) sehingga subjek penelitian ini adalah siswa putra yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 5 Soppeng sebanyak 20 orang. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis deskriptif, uji normalitas, dan uji hipotesis (*paired sample test*) dengan menggunakan program SPSS.

Berdasarkan dari hasil analisis data, maka penelitian ini menyimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan yang dapat dilihat dari selisih kemampuan *dribbling* peserta ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 5 Soppeng saat pre-test yaitu diperoleh nilai rata-rata 12.21 detik dengan nilai  $P = 0.000$  ( $P < 0.05$ ) dan post-test yaitu diperoleh nilai rata-rata 11.20 detik dengan nilai  $P = 0.000$  ( $P < 0.05$ ) terdapat selisih yakni penurunan waktu 1.01 detik. Dengan demikian terdapat pengaruh latihan *ball handling* terhadap kemampuan *dribbling* peserta ekstrakurikuler Bola Basket di SMA Negeri 5 Soppeng.

**KATA KUNCI:** Latihan *Ball Handling*, Kemampuan *Dribbling*

## PENDAHULUAN

Permainan bola basket merupakan cabang olahraga yang makin banyak digemari oleh para masyarakat terutama oleh kalangan pelajar dan mahasiswa. Melalui kegiatan olahraga bola basket ini para pelajar banyak memperoleh manfaat khususnya dalam pertumbuhan fisik, mental, dan sosial. Permainan bola basket saat ini mengalami perkembangan yang pesat terbukti dengan munculnya klub-klub tangguh di tanah air dan atlet-atlet bola basket pelajar baik tingkat sekolah maupun perguruan tinggi. Ditunjang lagi dengan seringnya diadakannya turnamen-turnamen antar klub, event- event pelajar dari tingkat daerah hingga nasional. Selain itu dengan bervariasinya permainan bola

basket dengan unsur hiburan seperti *streetball*, *three on three*, *crushbone*, menjadikan olahraga bola basket menjadi olahraga yang bergengsi dan *trend mode* di kalangan anak muda.

Permainan bola basket di Indonesia sekarang ini mulai menunjukkan perkembangan yang sangat pesat, sekarang banyak sekali terlihat lapangan bola basket di berbagai kota maupun di pelosok-pelosok tanah air, itu bertanda bahwa masyarakat di tanah air ini mulai menyukai permainan bola basket. Permainan bola basket ini sudah mulai dipertandingkan dalam Olympiade di Jerman pada tahun 1936. Bola basket masuk di Indonesia sekitar tahun 1948 yang lalu dan berkembang setelah proklamasi kemerdekaan. Namun

baru tanggal 23 Oktober 1951 didirikanlah Persatuan Basketball Seluruh Indonesia (PERBASI). Dengan adanya PERBASI ini perkembangan bola basket di Indonesia jauh lebih maju karena ada suatu organisasi yang bertujuan mengembangkan olahraga bola basket mulai dari pusat (PB PERBASI), daerah tingkat 1 oleh pengurus daerah (Pengda Perbasi), sampai ke pelosok tanah air di daerah tingkat II oleh pengurus cabang (Pengcab PERBASI) (Sarumpaet, 2013). Kecakapan adalah kemahiran atau penguasaan hal yang memerlukan gerak tubuh dan diperoleh melalui latihan. Seperti jenis olahraga lainnya, untuk dapat bermain bola basket setiap orang yang ingin menekuni olahraga tersebut, terlebih dahulu

harus menguasai beberapa keterampilan dasar dalam permainan bola basket seperti *passing*, *dribbling*, dan *shooting* (Nurrochmah, S. 2009:41).

Pada permainan bola basket, untuk mendapatkan gerakan efektif dan efisien perlu didasarkan pada penguasaan keterampilan teknik dasar yang baik. Keterampilan teknik dasar dalam permainan bola basket dapat dibagi menjadi enam, yaitu:

- 1) Teknik melempar dan menangkap (*passing*),
- 2) Teknik menggiring bola (*dribbling*),
- 3) Teknik menembak (*shooting*),
- 4) Teknik *pivot*,
- 5) Teknik tembakan *lay-up* (Sodikun, I. 1992:48).

Sebelum mempelajari teknik-teknik dasar permainan bola basket yang baik sehingga akan berpengaruh pada permainan,

sangat dibutuhkan teknik dasar penguasaan bola (*ball handling*). *Ball handling* merupakan teknik dasar keterampilan memainkan bola yang ditujukan agar pemain memiliki kemampuan mengenali bola, menguasai dan memainkan bola sehingga teknik dasar yang lain dapat dilakukan dengan baik (Arifin, M. 2004: 39).

Setelah seorang pemain dapat menjiwai olahraga tersebut dengan keahlian penguasaan bola juga dibutuhkan penguasaan teknik bermain yang baik, karena kemampuan teknik dalam bermain sangat mendukung dalam meningkatkan keterampilan. Diantara keterampilan dalam permainan bola basket, kemampuan *dribbling*, *passing*, dan *shooting* juga merupakan hal penting dalam mengembangkan

seorang pemain basket. Ini merupakan keterampilan dasar yang harus dikembangkan dan dimiliki oleh pemain serta diberikan dalam situasi latihan yang dinyatakan oleh (Indra, 2009: 3).

Dengan adanya pendapat-pendapat diatas maka dapat disimpulkan bahwa latihan *ball handling* sangat berguna untuk mendukung siswa dalam menguasai teknik-teknik dasar bola basket dalam melatih kemampuan *dribbling*, *passing*, dan *shooting* dalam bermain. Karena *dribbling*, *passing*, dan *shooting* merupakan teknik dasar bermain bola basket.

Salah satu sisi hiburan menarik dari permainan bola basket yaitu dilakukannya *dribbling* yang bervariasi baik

arah dan kecepatannya untuk menerobos lawan dan selanjutnya memasukkan bola ke dalam keranjang. Banyak angka tercipta diawali dengan *dribble* yang baik dan diakhiri tembakan yang akurat. *Dribbling* pada prinsipnya membawa bola dengan dipantulkan dengan satu tangan yang dilakukan dengan berjalan atau berlari. Menurut Ahmadi, N. (2007: 17), menggiring bola adalah membawa lari bola ke segala arah sesuai dengan peraturan yang ada. Pemain diperbolehkan membawa bola lebih dari satu langkah asal bola dipantulkan ke lantai. Menggiring bola harus dengan satu tangan.

*Dribbling* atau menggiring bola dapat dilakukan dengan sikap berhenti, berjalan, atau berlari. Pelaksanaannya dapat dilakukan

dengan tangan kanan atau tangan kiri. Berdasarkan pengamatan di lapangan, kemampuan peserta ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 5 Soppeng dalam melakukan *dribble* masih kurang baik. Hal tersebut disebabkan banyak faktor yang mempengaruhi, salah satunya adalah kurang variasi latihan atau sarana dan prasarana yang digunakan oleh pelatih masih kurang, sehingga dapat menyebabkan kurangnya kemampuan dan pengetahuan pemain dalam melakukan *dribble*.

Melihat fakta di lapangan masih banyak peserta ekstrakurikuler yang kesulitan saat melakukan *dribbling*, pemain masih terlihat kaku pada saat *dribbling* dan kebanyakan cara *dribbling* bolanya masih banyak

yang dipukul-pukul dan pandangan mata masih banyak tertuju pada bola. Seharusnya bola dipantulkan dan tidak ada suara dari sentuhan antara tangan dengan bola. Pandangan mata saat melakukan *dribbling* sebaiknya tertuju pada situasi sekitar, selain itu gerakan melindungi bola saat melakukan *dribbling* juga belum nampak. Pada saat latihan, terlihat sangat monoton dan tidak ada variasi-variasi sedikitpun. Jarang peserta didik diberikan latihan *dribbling* yang bervariasi, latihan lebih banyak berpusat pada *shooting* dan *passing*, sehingga saat latihan permainan, bola hanya berpindah-pindah dari anggota tim yang satu ke anggota tim lainnya dan berputar di area tengah lapangan saja.

Pada hakikatnya *dribbling* bukan teknik yang pokok yang harus dikuasai dalam bermain bola basket tetapi *dribbling* mempunyai keunggulan tersendiri dalam permainan bola basket yaitu untuk memudahkan serangan *fast break* (serangan balik cepat setelah posisi terserang), lebih cepat menuju ke ring lawan, untuk menerobos pertahanan lawan, untuk mengendalikan permainan, *dribbling* yang bervariasi baik arah dan kecepatannya dan selanjutnya memasukkan bola ke keranjang lawan bias dikatakan hal yang menarik dalam permainan bola basket. *Ball handling* merupakan pendasaran atau fundamental *movement dribbling*, dengan kata lain terdapat hubungan yang sangat

erat antara *ball handling* dan *dribble*. Seorang pemain bola basket harus dapat menguasai bola baik dengan tangan kanan maupun kiri. Menurut Prusak (2007: 25), latihan ball handling pada dasarnya adalah suatu bentuk latihan sentuhan-sentuhan bola pada bagian telapak tangan serta mengontrol dan mengolah olah bola yang dirasakan dan dihayati terhadap gerakan bola dalam keadaan apapun dan dilakukan secara variatif mulai dari pengaturan tempo sampai dengan koordinasi antara mata dan tangan yang bertujuan untuk meningkatkan keterampilan *dribbling*.

Peserta ekstrakurikuler Bola Basket di SMA Negeri 5 Watansoppeng belum memiliki kemampuan *dribbling* yang

mumpuni. Hal tersebut terlihat pada sesi latihan yang rutin dilakukan. Penguasaan bola saat melakukan *dribbling* belum maksimal dan nampak ketika bola yang dimainkan masih sering terlepas. Pelatih sendiri tidak menfokuskan pada pelatihan *dribbling* tetapi hanya bagaimana mencetak poin sebanyak-banyaknya.

Berdasarkan hal tersebut selama ini banyak pelatih kurang atau mengabaikan latihan *ball handling* sebagai suatu rangkaian awal sebelum mengajarkan atau melatih teknik menembak, mengoper dan menggiring bola. Untuk menyempurnakan teknik dalam bola basket maka menuntut kepada para pelatih untuk mengembangkan formasi melatih kepada hal yang fundamental



permainan bola basket yang baik, sehingga melatih *ball handling* merupakan syarat utama.

## **TINJAUAN PUSTAKA, KERANGKA BERFIKIR DAN HIPOTESIS**

### **Hakikat Permainan Bola Basket**

Permainan bola basket merupakan gabungan dari menyerang dan bertahan. Terampil bermain bola basket dapat dicapai apabila gerak dasarnya baik, untuk itu seorang pemain haruslah menguasai teknik dan keterampilan dasar bermain bola basket untuk bermain dengan baik. Bola basket dimainkan oleh dua tim dengan 5 pemain tiap tim dengan bertujuan untuk mencari nilai atau angka sebanyak-banyaknya dengan cara memasukkan bola ke keranjang

lawan dan mencegah lawan untuk mendapatkan nilai atau angka.

Menurut Ahmadi, N. (2007: 2) “olahraga permainan bola basket adalah permainan yang sederhana, mudah dipelajari dan dikuasai dengan sempurna yang juga menuntut perlunya melakukan suatu latihan baik (disiplin) dalam rangka pembentukan kerjasama tim”. Permainan ini juga menyuguhkan kepada penonton banyak hal seperti dribbling sambil meliuk-liuk dengan lincah, tembakan yang bervariasi, terobosan yang fantastik, gerakan yang penuh tipu daya dan silih bergantinya poin-poin indah dari regu yang bertanding. Bola basket adalah salah satu bentuk olahraga

yang masuk dalam cabang permainan beregu. Permainan bola basket dimainkan oleh dua tim, dengan tujuan memasukkan bola ke dalam keranjang lawan sebanyak mungkin, serta menahan serangan lawan agar tidak memasukkan bola ke dalam keranjangnya (Sumiyarsono, D. 2002: 1). Lebih lanjut Sumiyarsono, D. (2002: 1) menyatakan bahwa dasar bermain bola basket dengan cara lempar tangkap, menggiring dan menembak dengan luas lapangan 28 m x 15 m dapat terbuat dari tanah, lantai, dan papan yang dikeraskan. Bola basket dimainkan oleh 2 tim yang masing masing terdiri dari 5 pemain. Tujuan dari masing

masing tim adalah untuk mencetak angka ke keranjang lawan dan berusaha mencegah tim lawan mencetak angka. Pertandingan dikontrol oleh wasit, petugas meja dan seorang pengawas pertandingan, jika hadir. (FIBA,2014: pasal 1, 1) Inti dari olahraga bola basket tersebut adalah bola basket dan basket (keranjang) itu sendiri. Semua pemain dari kedua tim yang bertanding, berlomba memperebutkan satu bola yang sama untuk dimasukkan ke dalam keranjang lawan. Pemain berhak melempar, menggelundung, dan menepuk bola.

Permainan bola basket termasuk cabang olahraga beregu, setiap pemain harus

dapat menguasai teknik dasar yang terdiri dari *footwork* (olah kaki), *shooting* (menembak), *passing* (operan), dan menangkap, *dribble*, *rebound*, bergerak dengan bola, bergerak tanpa bola dan bertahan (Sumiyarsono, D. 2002: 2). Dalam mencapai kemenangan, satu regu bola basket harus mengumpulkan angka sebanyak-banyaknya dengan cara memasukkan bola ke keranjang lawan dan mencegah lawan untuk melakukan hal yang serupa. Teknik dari setiap gerakan dalam bola basket terdiri atas gabungan unsur-unsur gerak yang terkoordinasi dengan baik, sehingga seseorang yang telah menguasai teknik gerakan dalam bola basket dengan

benar maka permainan bola basketnya akan terlihat indah dan menarik untuk dilihat. Secara garis besar permainan bola basket dilakukan dengan mempergunakan tiga unsur teknik yang menjadi pokok permainan. Berdasarkan keterangan dari beberapa ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa permainan bola basket adalah salah satu olahraga yang didasarkan pada kemampuan individual, kerja sama tim, kecepatan, kekuatan, daya tahan, serta mental. Bola basket dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu dimainkan oleh lima orang dengan tujuan sebanyak mungkin memasukkan bola ke keranjang lawan dan mencegah lawan untuk memasukkan bola

ke dalam ring nya. Tim atau regu yang berhasil memasukkan bola lebih banyak lah yang menjadi pemenang. Untuk dapat memainkan permainan bola basket dengan baik diperlukan kemampuan fisik dan mental yang cukup. Maka diperlukan suatu latihan yang rutin, disiplin, kemauan yang kuat, teknik latihan yang tepat untuk mewujudkan kemampuan tersebut.

## **METODOLOGI PENELITIAN**

### **Jenis Penelitian**

Penelitian ini berakar dari permasalahan untuk mengetahui pengaruh latihan *ball handling* terhadap kemampuan menggiring. Penelitian ini termasuk eksperimen, dengan metode eksperimen dengan sampel tidak terpisah (Arikunto, S. 2002: 398).

Metode eksperimen dengan sampel tidak terpisah maksudnya peneliti hanya memiliki satu kelompok (sampel) saja, yang diukur dua kali, pengukuran pertama dilakukan sebelum subjek diberi perlakuan (*pretest*), kemudian perlakuan (*treatment*), yang akhirnya ditutup dengan pengukuran kedua (*posttest*) Hasil *posttest* yang baik bila hasil test setelah melakukan *treatment* memiliki perubahan yang signifikan dari hasil sebelum dilakukan *treatment*. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah “*One Group Pretest Posttest Design*” atau tidak adanya grup kontrol (Sukardi, 2003: 18).

### **Tempat dan Waktu Penelitian**

Dengan lokasi penelitian dilaksanakan di SMA Negeri 5

Soppeng. Sekolah ini terletak di Tonrong'E, Kelurahan Tettikenrarae, Kecamatan Marioriwawo, Kabupaten Soppeng. SMA Negeri 5 Soppeng didirikan pada tanggal 2 Januari 1987 dan diresmikan oleh Dirgen Dikdasmen Prof. Dr. A. Hasan Walimono. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan juni sampai bulan juli 2020.

### **Populasi**

Menurut Sugiyono (2011: 61), pengertian populasi adalah “wilayah generalisasi yang terdiri atas; obyek/subyek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”. Sedangkan menurut Suharsimi Arikunto

(2006: 130) “Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian”.

Kesimpulan yang dapat diambil adalah populasi merupakan keseluruhan dari penduduk yang akan diteliti yang mempunyai ciri-ciri tertentu dan setidaknya mempunyai sifat yang sama. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 5 Soppeng yakni 41 siswa, terdiri dari 20 putra dan 21 putri.

### **Sampel**

Menurut Sugiyono (2008:116),”Sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut”. Adapun teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam

penelitian ini adalah pengambilan sampel acak sederhana (*simple random sampling*) sehingga subjek penelitian ini adalah siswa putra yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 5 Soppeng sebanyak 20 orang.

#### HASIL PENELITIAN DAN

Berdasarkan analisis uji t yang dilakukan maka dapat diketahui beberapa hal untuk mengambil kesimpulan apakah ada peningkatan kemampuan *dribble* siswa ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 5 Soppeng setelah mengikuti latihan *ball handling*. Adapun uji t ini digunakan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan hasil yang diperoleh antara *pretest* dan *posttest*.

Dalam penelitian ini yang dimaksud *ball handling* adalah latihan sentuhan-sentuhan bola pada bagian telapak tangan berupa mengontrol dan mengolah bola serta melatih kecepatan *dribbling* dan kelincahan saat melakukan *dribbling* yang dilatihkan melalui berbagai permainan-permainan yang bisa mendukung keberhasilan *dribbling* dalam cabang olahraga bola basket. Dalam penelitian ini bentuk-bentuk latihan *ball handling* disajikan dalam bentuk latihan yang bersifat tidak monoton dan mencakup unsur melatihkan komponen biomotorik fisik dasar misalnya: kekuatan, kelincahan, kecepatan, koordinasi dan fleksibilitas. Hal ini bertujuan agar tidak terjadi

kebosanan juga menuntut agar setiap pemain tetap aktif dan tujuan maupun sasaran latihan tercapai secara optimal.

Hasil-hasil analisis data dalam pengujian hipotesis perlu dikaji lebih lanjut dengan memberikan interpretasi keterkaitan antara hasil analisis yang dicapai dengan teori-teori yang mendasari penilaian ini. Penjelasan ini diperlukan agar dapat diketahui kesesuaian teori-teori yang dikemukakan dengan hasil penelitian yang diperoleh.

Penelitian ini dilaksanakan selama 18 kali pertemuan dengan yakni satu kali tes awal, 16 kali latihan, dan satu kali tes akhir di mana dalam satu pekan terdapat 4 kali latihan (4 frekuensi). Tes yang dilakukan adalah tes

kemampuan *dribbling* AAHPERD *basketball control dribble test*. Diberikan beberapa macam latihan *ball handling*. Penelitian berjalan maksimal dengan sampel yang memadai.

Berdasarkan analisa data yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat perubahan kemampuan peserta dalam *dribbling*. Adanya peningkatan kemampuan nampak setelah dilakukan pelatihan. Hasil *pre-test* yang menunjukkan kemampuan dasar peserta yang masih kurang akhirnya mendapatkan kemajuan ketika dilakukan *post-test*. Dengan demikian ada pengaruh latihan *ball handling* terhadap kemampuan *dribbling* peserta ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 5 Soppeng.

Hasil penelitian yang didapatkan relevan dengan penelitian sebelumnya oleh Handito Prabowo (2019). Yakni ada pengaruh latihan *ball handling* yang signifikan terhadap kemampuan *dribbling* siswa putra ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Baturraden. Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Wahyudi Trianda (2019) bahwa terdapat pengaruh latihan *ball handling* terhadap keterampilan *dribbling* atlet bolabasket SMAN 3 Kota Payakumbuh.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan uraian pembahasan yang telah dikemukakan maka dapat disimpulkan bahwa

Terdapat selisih kemampuan *dribbling* peserta ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 5 Soppeng sebelum dan setelah latihan *ball handling* yakni penurunan waktu 1.01 detik. Ada pengaruh yang signifikan metode latihan *ball handling* terhadap keterampilan *dribbling* siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 5 Soppeng

### B. Saran

Berdasarkan hasil analisis data dan kesimpulan, maka dapat dikemukakan saran-saran sebagai berikut:

#### 1. Bagi Siswa

Disarankan kepada siswa ekstrakurikuler bersungguh-sungguh dalam melakukan latihan *ball handling* agar keterampilan *dribbling* yang dimiliki bisa meningkat.



2. Bagi Pembina/ Pelatih / Guru Penjas

Disarankan untuk pembina, pelatih dan guru penjas untuk memberikan latihan atau pembelajaran gerak *ball handling* untuk meningkatkan keterampilan *dribbling* siswa atau atlet yang dibina /dilatih.

3. Bagi Sekolah

Dengan adanya penelitian ini diharapkan agar memberi perhatian lebih terhadap sarana dan prasarana untuk menunjang kegiatan ekstrakurikuler bola basket, supaya siswa lebih giat lagi melakukan latihan agar kemampuan *dribbling* peserta ekstrakurikuler bola basket bisa meningkat.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Yang berminat meneliti terkait keterampilan *dribbling* bola basket, disarankan untuk meneliti variabel-variabel yang lain yang menunjang peningkatan keterampilan *dribbling* di antaranya komponen fisik dan model latihan yang berbeda.

## DAFTAR PUSTAKA

Ahmadi, Nuril. (2007). *Permainan Bola Basket*. Solo.Era Intermedia

Arifin, Mochamad. (2004). *Metode Pelatihan Bola Basket Dasar*. Surabaya: Diktat

Arifin, Zainal. (2009). *Evaluasi Pembelajaran*. PT. Remaja Rosdakarya: Bandung

Arikunto, (1996), *Prosedur penelitian*, Rineka Cipta, Jakarta.

Arikunto, S. (2002). *Metodologi Penelitian Suatu Pendekatan Proposal*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.

Arikunto, Suharsimi. (2006). *Prosedur penelitian Ilmiah Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta

- Atmojo, M. B. (2007). *Tes Pengukuran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jawa Tengah: Lembaga Pengembangan Pendidikan (LPP) UNS dan UPT Penerbitan dan Pencetakan UNS (UNS Press)
- Budiana, D. & Lubay, H.L. (2013). *Pembelajaran Ball Handling Dalam Permainan Bolabasket*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Dedy Sumiyarsono. (2002). *Keterampilan Bola basket*. Yogyakarta: FIK UNY.
- FIBA. (2014). *Peraturan Permainan Bola Basket*. Jakarta: PB. Perbasi.
- Haris, Ridwan. (1998). *Permainan Bola Basket*. FPOK UPI Bandung.
- Indra. (2009). *Pengaruh Ball Handling Dalam Latihan bola Basket* (Laporan hasil Penelitian). Padang: FIKUNP
- Irianto, D. P. (2002). *Dasar Kepelatihan Olahraga*. Yogyakarta. FIKUNY
- Kosasih, Danny. (2008). *Fundamental Basketball First Step Towin*.
- Lorenza, Dodi. (2014). *Pengaruh Latihan Mendaki dan Menuruni Bukit Terhadap Kemampuan Lari Jarak Menengah 800 Meter Pada Siswa Putra Kelas V dan VISD Negeri IKaur Utara* (Laporan Hasil Penelitian). Bengkulu: FKIP UNIB
- Lubay, Haqim, Lukmannul (2013). *Pembelajaran Ball Handling Dalam Permainan Bola Basket*. Bandung: CV. Bintang WarliArtika
- Muhajir. (2006). *Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*. Jakarta: Erlangga
- Nurrochmah, Siti. (2009). *Pengembangan Instrumen Tes Bola Bakset Bagi Pemula*. Jakarta: Depbuti IPTEK Olahraga
- Oliver, J. (2007). *Dasar-Dasar Bola Basket*. Bandung: Pakar Raya Pustaka
- Pasurney, L Paulus. (Terjemahan, 2001). *Latihan Fisik Olahraga*. Jakarta : Pusat Pengembangan dan Penataran Bidang Penelitian dan Pengembangan Koni pusat.
- Prusak, Kevin A. (2007). *Permainan Bola Basket*. Yoyakarta: PT Citra AjiParama.
- Rafsanjani. & Imam. (2005). *Coaching Basketball Fundamental Penataran Pelatih Tingkat Dasar*
- Sarumpaet dkk. (2013). *Permainan Besar*. Jakarta: Depdikbud
- Sodikun, Imam. (1992). *Olahraga Pilihan Bola Basket*. Jakarta: Depdikbub Dirjen Pendidikan Tinggi.

Sugiyono, (2008). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta

Sugiyono. (2011). *Statistik Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta

Sugiyono, (2012). *Statistik Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta

Sukadiyanto. (2005). *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Yogyakarta: FIK UNY.

Sukardi. (2003). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Bumiaksara

Wissel. (2013). *Bola Basket Dilengkapi Dengan Program Pemahiran Teknik Dan Taktik*. Jakarta : Raja Grafindo Persada.